

Campylobacter Preguntas y Respuestas

La bacteria *Campylobacter* es la segunda causa de intoxicaciones alimentarias más frecuentemente reportada. Un enfoque completo sobre la inocuidad alimentaria desde la granja hasta la mesa es necesario para reducir la campilobacteriosis. Los granjeros, industria, inspectores de alimentos, vendedores de alimentos, trabajadores en servicio de alimentos y los consumidores son cada uno un eslabón importante en la cadena de inocuidad alimentaria. Este documento contesta preguntas comunes sobre la bacteria *Campylobacter*, describe cómo el Servicio de Inocuidad e Inspección de los Alimentos (FSIS, por sus siglas en inglés) del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés) esta atendiendo el problema de la contaminación de productos de carnes y aves con *Campylobacter* y ofrece pautas para un manejo de alimentos que prevenga que bacterias, como *Campylobacter*, causen enfermedades.

P. ¿Qué es Campylobacter?

A: El *Campylobacter* es una bacteria de la gama negativa, microaerófila y es una de las causas bacterianas más común de la enfermedad diarreica en los Estados Unidos. La especie más asociada con la mayor parte de las infecciones reportadas en los seres humanos, *Campylobacter jejuni*, puede estar presente en el cuerpo sin causar una enfermedad notable. Los organismos *Campylobacter* se pueden encontrar en cualquier lugar y comúnmente se pueden encontrar en el tracto intestinal de gatos, perros, aves, ganado vacuno, ganado porcino, roedores, monos, aves silvestres y en algunos humanos. La bacteria pasa a través del cuerpo en las heces y circula a través ambiente. También, se encuentra en agua no tratada.

P: ¿Qué daños puede causar la bacteria Campylobacter?

A: La infección causada por la bacteria *Campylobacter* se llama campilobacteriosis y usualmente es causada consumiendo leche sin pasteurizar, carnes o aves crudas o no cocidas completamente, u otros alimentos y agua contaminados y por contacto con las heces de animales infectados. Aunque la bacteria puede estar presente en el trato intestinal de personas y animales sin causar ningún síntoma o enfermedad, estudios indican que el consumir *Campylobacter* en una cantidad tan pequeña como 500 células puede causar la enfermedad.

Los síntomas de infección con *Campylobacter*, los cuales ocurren usualmente entre 2 a 10 días después de ingerir la bacteria incluyen fiebre, dolor abdominal y diarrea (usualmente con sangre). En algunos casos, los médicos recetan antibióticos cuando la diarrea es severa. La enfermedad puede durar aproximadamente una semana.

Algunas complicaciones pueden incluir meningitis, infecciones de tracto urinario y posiblemente artritis (rara y casi siempre es de corta duración), y raramente el síndrome de Guillain-Barré, un tipo no usual de parálisis. A pesar de que muchas de las personas que contraen campilobacteriosis se recuperan completamente dentro de 2 a 5 días,

algunas infecciones con *Campylobacter* pueden ser fatales, resultando en un estimado de 124 muertes a año.

P: ¿Hay mas personas enfermándose de campilobacteriosis?

A: El Programa Activo de Investigación de Enfermedades Transmitidas a Través de los Alimentos (FoodNET, por su nombre en inglés) encontró un descenso considerable en los incidentes de infecciones causadas por *Campylobacter* entre 1996-2004. Sin embargo, de acuerdo a los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), campilobacteriosis causa una incidencia de aproximadamente 20 casos de intoxicaciones alimentarias por cada población de 100,000 personas diagnosticadas anualmente en los Estados Unidos. *Campylobacter* fue identificada como la segunda mas común infección bacteriana reportada de acuerdo a casos de infección bacteriana reportados y confirmados en laboratorios de 10 lugares en el 2004 (42% *Salmonella*, 37% *Campylobacter*, 15% *Shigella*, 2.6% *E.coli* O157:H7 y 3.4% otras, como *Yersinia*, *Listeria* y *Vibrio*).

FoodNet es un proyecto colaborar entre CDC, los 10 lugares Programas de Nuevas Infecciones (EPIs, por sus siglas en inglés), el USDA y la Administración de Drogas y Alimentos (FDA, por sus siglas en inglés). Uno de los objetivo de FoodNet es medir la efectividad de diferentes medidas preventivas usadas para reducir la incidencia de intoxicaciones alimentarias atribuible al consumo de carnes, aves y otros alimentos.

P: ¿Quiénes son más susceptibles?

A: Cualquiera persona puede enfermarse con *Campylobacter*. Sin embargo, los infantes y niños pequeños, las mujeres embarazadas y sus bebés por nacer y las personas de edad avanzada estan a mayor riesgo de intoxicaciones alimentarias, así como la gente con el sistema inmunológico débil (como aquellos que sufren de HIV/SIDA, cáncer, diabetes, enfermedades de los riñones o que han tenido transplantes de órgano).

P: ¿Cómo el Campylobacter se puede controlar?

A: El *Campylobacter* se puede detener en varios puntos diferentes de la cadena de producción y mercadeo de alimentos:

En la graja:

- Como recomienda el USDA, buenas prácticas sanitarias en la graja disminuyen la oportunidad para las bacterias propagarse entre los animales y aves.
- La pasterización de la leche y el tratamiento de las fuentes de agua del Municipio, eliminan otra ruta para la transmisión de *Campylobacter* y otras bacterias.

En la planta:

- Los alimentos crudos no están estériles y no existe ningún requerimiento de que éstos sean estériles. Las compañías procesadoras de alimentos son responsables

de seguir prácticas de manufactura apropiadas y vigentes para disminuir las oportunidades de la propagación de *Campylobacter* y otras bacterias.

En la tienda:

- Una retirada de alimentos es un acto voluntario por parte del fabricante o distribuidor para proteger al público de productos que podrían causar problemas de salud o posiblemente la muerte. El FSIS lleva a cabo un número suficiente de medidas efectivas para verificar si la compañía que está retirando el producto ha contactado al distribuidor o vendedor.

P: ¿Qué está haciendo el FSIS para prevenir las infecciones con *Campylobacter*?

A: En su compromiso para asegurar que el público tenga un suministro de alimentos sano y libre de enfermedades, el FSIS está trabajando constantemente para mejorar el nivel de inocuidad y reducir los contaminantes en el suministro de carnes y aves.

En el 1998, el FSIS comenzó a imponer una combinación de procesos de control, muestras de microbios, estándares de cumplimiento para la reducción de patógenos y procedimientos operacionales de estándares de sanidad basados en el Análisis de Riesgos y Puntos Críticos de Control (HACCP, por sus siglas en inglés) que reducen significadamente la contaminación de carnes y aves con bacterias dañinas y reducen los riesgos de intoxicaciones alimentarias. Los establecimientos pueden escoger incluir *Comapylobacter* en sus análisis de HACCP.

El HACCP clarifica las responsabilidades de la industria y del FSIS en la producción de productos inocuos de carnes y aves. La función del FSIS es asignar estándares apropiados de inocuidad de alimentos y mantener una inspección fuertemente supervisada para asegurar que dichos estándares se cumplan.

El USDA está apoyando investigaciones para aprender más sobre el *Campylobacter* en los alimentos y a cómo controlarlo.

Finalmente, el FSIS dirige a cabo programas extensivos de educación sobre un manejo de alimentos adecuado para ayudar a prevenir y reducir los riesgos de intoxicaciones alimentarias.

P: ¿Cuál es la mejor manera de prevenir las infecciones con *Campylobacter*?

A: Las carnes y aves pueden contener *Campylobacter*. Sin embargo, la bacteria se puede encontrar en casi todas las aves crudas porque vive dentro del tracto intestinal de aves saludables. Mejorando las prácticas de manejo adecuado de alimentos en la cocina reducirá el número de enfermedades con *Campylobacter*. La bacteria *Campylobacter* es extremadamente frágil y se puede destruir fácilmente por medio de la cocción hasta la temperatura interna mínima adecuada. También se destruyen por medio de los sistemas típicos para tratar agua. No se puede confiar en que la congelación destruirá la bacteria.

Los congeladores caseros generalmente no están lo suficientemente fríos para destruir bacterias.

Para destruir la bacteria *Campylobacter* y disminuir los riesgos de intoxicación alimentaria:

LIMPIAR: Lávese las manos y lave las superficies frecuentemente

- Lávese las manos con agua tibia y jabón por 20 segundos antes y después de manejar los alimentos y después de usar el baño, cambiar pañales y tocar mascotas.
- Lave los utensilios, tablas de cortar, platos y mostradores con agua caliente y jabón después de preparar cada alimento y antes de preparar el siguiente.
- Considere usar toallas de papel para limpiar las superficies de cocina. Si usa paños, límpielos a menudo en su maquina de lavar con el ciclo caliente.

SEPARAR: No propague la contaminación

- Separe las carnes, aves y pescados crudos de otros alimentos en su carrito de compras y en su refrigerador.
- Si es posible, use una tabla de cortar para frutas y verduras frescas y otra separada para carnes, aves y pescados crudos.
- Lave siempre las tablas de cortar, platos, mostradores y utensilios con agua caliente y jabón después que éstos tienen contacto con carnes, aves y pescados crudos.
- Nunca coloque alimentos cocidos en el mismo plato que fue usado para carnes, aves y pescados crudos.

COCINAR: Cuezca hasta una temperatura adecuada

Use un termómetro para alimentos limpio cuando mida la temperatura interna de los alimentos y asegúrese que las carnes, aves, cazuelas y otros alimentos se cuezan hasta una temperatura interna mínima adecuada:

- Carne de res, cordero y ternera en filetes, asados y chuletas hasta 145 °F (62.77 °C).
- Todos los cortes de cerdo, hasta 160 °F (71.11 °C).
- Carne molida de res, ternera y cordero hasta 160 °F (71.11 °C).
- Comidas con huevo y cazuelas, hasta 160 °F (71.11 °C).
- Toda ave debe alcanzar una temperatura interna mínima adecuada de 165 °F (73.88 °C).
- No se recomiendan las aves rellenas. Cuezca el relleno por separado hasta alcanzar 165 °F (73.88 °C).
- Las sobras hasta 165 °F (73.88 °C).
- No coma o beba alimentos que contengan leche sin pasteurizar.

- Los pescados deben alcanzar 145 °F (62.77 °C), medido con un termómetro para alimentos.
- Recaliente hasta hervir las salsas, sopas y salsas de carne. Re-caliente completamente otras sobras hasta por lo menos 165 °F (62.77 °C).

ENFRIAR: Refrigere prontamente

- En la casa, mantenga los alimentos sanos, refrigere prontamente y apropiadamente. Refrigere o congele los alimentos perecederos, alimentos preparados y sobras dentro de 2 horas [1 hora si la temperatura está sobre 90 °F (32.22 °C)].
- Los congeladores deben registrar una temperatura de 0 °F (-17.8 °C) o menos y los refrigeradores, 40 °F (4.4 °C) o menos.
- Descongele los alimentos en el refrigerador, sumergidos en agua fría o en el horno de microondas. Los alimentos no se deben descongelar a temperatura ambiental. Los alimentos que se descongelen en el horno de microondas o sumergidos en agua fría se deben cocer hasta una temperatura interna mínima adecuada antes de refrigerarse.
- Marine los alimentos en el refrigerador.
- Divida las grandes cantidades de sobras en recipientes llanos para que se enfríen rápidamente en el refrigerador.
- No llene demasiado el refrigerador. El aire frío debe circular para mantener los alimentos sanos.

Para más información sobre la bacteria *Campylobacter*, visite la página electrónica de los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) al:

www.cdc.gov/ncidod/dbmd/diseaseinfo/campylobacter_g.htm